



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

دانشکده بهداشت

پایان نامه جهت اخذ درجه دوره MPH آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

عنوان :

بررسی مداخله آموزشی تغذیه محور بر اساس الگو رویکرد فرایند عمل بهداشتی (HAPA) بر پیامدهای بارداری مادران باردار تحت پوشش برنامه حمایتی

استاد راهنما :

دکتر زینب علی مرادی

استاد مشاور :

دکتر امیر پاکپور حاجی آقا

نگارش:

عطیه رزازی

زمستان ۹۹

بررسی مداخله آموزشی تغذیه محور بر اساس الگو رویکرد فرایند عمل بهداشتی (HAPA) بر پیامدهای بارداری مادران باردار تحت پوشش برنامه حمایتی

چکیده:

مقدمه: تغذیه صحیح در برخی از دوران‌های زندگی از جمله دوران بارداری و شیردهی، از اهمیت بیشتری برخوردار است. ناامنی غذایی از جمله شرایط تغذیه نامناسب است که می‌تواند با پیامدهای وخیم بارداری همراه شود. آموزش تغذیه به عنوان یکی از جنبه‌های کاربردی و مهم تغذیه می‌تواند به مادران باردار انتخاب صحیح مواد غذایی و بهبود رشد و نمو بهتر جنین کمک کند.

هدف: مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر اثر بخشی مداخله آموزشی تغذیه محور بر اساس الگو رویکرد فرایند عمل بهداشتی بر پیامدهای بارداری مادران باردار تحت پوشش برنامه حمایت تغذیه‌ای انجام شد.

روش کار: این تحقیق یک کارآزمایی بالینی تغذیه محور بود که ۲۴۰ خانم باردار تحت پوشش حمایت تغذیه ای از ماه ۴ بارداری مشارکت داشتند. با استفاده از روش تخصیص تصادفی ۱۲۰ نفر مادر باردار در گروه مداخله و ۱۲۰ نفر در گروه کنترل شرکت کردند. اطلاعات دموگرافیک و بارداری، پیامدهای بارداری و سازه‌های الگوی رویکرد فرایند عمل بهداشتی برای تغذیه سالم ارزیابی شد. داده ها پیش از مداخله و ۳ ماه بعد از مداخله آموزشی گردآوری شد. چارچوب مداخله آموزشی مبتنی بر الگوی رویکرد فرایند عمل بهداشتی شامل ۳ جلسه آموزش یک ساعته از طریق سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ و استفاده از ابزار آموزشی بود. برای بررسی تفاوت بین گروه‌ها به لحاظ تغییر در متغیرهای پی‌آمد از آزمون تحلیل کوواریانس با کنترل اثر نمرات بیس‌لاین در سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ استفاده شد.

یافته ها: تغییر معنی‌داری در پیامدهای بارداری شامل: وزن‌گیری مطلوب در بارداری، وزن هنگام تولد کودک، سن بارداری در زمان زایمان، آنمی، دیابت و فشارخون بالا در گروه مداخله و کنترل مشاهده نشد. از میان سازه‌های الگو فرایند عمل بهداشتی تغییر معنی‌داری در میانگین و انحراف معیار سازه درک خطر، انتظار پیامد، خودکارآمدی عمل، خودکارآمدی نگه داشت، خودکارآمدی بازگشت، قصد رفتاری، برنامه‌ریزی برای عمل، برنامه‌ریزی برای از عهده برآمدن دیده شد ($p < 0/001$).

نتیجه گیری: یک مداخله آموزشی تغذیه محور بر اساس الگو رویکرد فرایند عمل بهداشتی می‌تواند در بهبود قصد رفتاری و برنامه‌ریزی برای عمل و عده‌برآیی را که منجر به انجام رفتار می‌شود، افزایش دهد. همچنین در برنامه‌های آموزشی مادران باردار باید باتوجه به وضعیت اقتصادی و دسترسی آن‌ها به مواد غذایی، امکان انتخاب صحیح مواد غذایی و دریافت کافی در دوران بارداری توجه کرد. کلمات کلیدی: الگو رویکرد فرایند عمل بهداشتی، آموزش تغذیه، پیامدهای بارداری.

Abstrac:

Introduction: Proper nutrition is even more important at certain times in life, including pregnancy and breastfeeding. Nutrition during pregnancy plays an important role in the health of mother and child. As mothers' diet and lifestyle affect the long-term health of their children, food insecurity is one of the poor nutritional conditions that can be associated with serious pregnancy consequences. On the other hand, nutrition education as one of the practical and important aspects of nutrition has a significant role in raising public awareness and ultimately the health of society. Therefore, pregnant mothers need nutrition education for better fetal development and proper food selection. This study is aimed to determine the effectiveness of nutritional education intervention based of pregnancy outcomes on pregnant mothers under the coverage of nutritional support program.with using health action process approach (HAPA).

Material & Methods: This study had clinical trial design and the samples were selected by the cluster sampling approach. In total, 234 pregnant women under nutritional support from the 4th month of pregnancy participated. Data collected by standardized questionnaires including socio-demographic questionnaire and HAPA questionnaire before the intervention and 3 months after the educational intervention. The framework of the educational intervention was based on the pattern of the health practice process approach and included 3 one-hour training sessions through lectures, group discussions, questions and answers and the use of educational tools. Data was analyzed covariance (ANCOVA) and SPSS software.

Findings: Significant changes in pregnancy outcomes including: optimal weight gain during pregnancy, Birth weight, Gestational age at delivery, anemia, diabetes and hypertension were not observed in the intervention and control groups. Among the model constructs of the health practice process, there was a significant change in the mean and standard deviation of the structure of risk perception, outcome expectation, operation self-efficacy, self-efficacy, return self-efficacy, behavioral intention, action planning, coping planning ($p < 0.0001$).

Conclusion: A nutritional education intervention based on the health practice process approach model can increase behavioral intention and planning for action and increase the number of outcomes that lead to behavior. Also, in the educational programs of pregnant mothers, considering the economic situation and their access to food, the possibility of choosing the right food and getting enough during pregnancy should be considered

Keyword: health action process approach, pregnancy outcomes, nutritional education



**Qazvin University of Medical Sciences
School of Public Health**

Thesis for MPH Degree in Health Education & Promotion

Title:

**Effect of nutritional education based on Health Action Process
Approach model on the pregnancy outcomes of pregnant mothers
covered by the supportive program**

supervisor:

Zainab Alimoradi (PHD)

Advisers:

Amir Pakpour HA (PHD)

Written by:

Atieh Razzazi

December 2020

